DISEÑO E IMPLEMENTACION DE SOFTWARE EDUCATIVO PARA SENSIBILIZAR A LOS ESTUDIANTES EN LA COMPRENSION DE LOS MOVIMIENTOS DEL CUERPO HUMANO QUE CONTRIBUYA A LA HIGIENE POSTURAL Y DESARROLLO FISICO

ANA MILENA PORRAS TIGREROS

ABSALON FELIPE VALENCIA VARGAS

MARGARITA MARIA SALAZAR CUARTAS

FUNDACION UNIVERSITARIA “LOS LIBERTADORES”

ESPECIALIZACION EN INFORMÀTICA Y MULTIMEDIA EN EDUCACION

SANTIAGO DE CALI

2011

DISEÑO E IMPLEMENTACION DE SOFTWARE EDUCATIVO PARA SENSIBILIZAR A LOS ESTUDIANTES EN LA COMPRENSION DE LOS MOVIMIENTOS DEL CUERPO HUMANO QUE CONTRIBUYA A LA HIGIENE POSTURAL Y DESARROLLO FISICO

ANA MILENA PORRAS TIGREROS

ABSALON FELIPE VALENCIA VARGAS

MARGARITA MARIA SALAZAR CUARTAS

TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR EL TITULO DE ESPECIALISTA EN INFORMATICA Y MULTIMEDIA EN EDUCACION

ASESOR

ING. LUCERO MUÑOZ GARZON

FUNDACION UNIVERSITARIA “LOS LIBERTADORES”

ESPECIALIZACION EN INFORMÀTICA Y MULTIMEDIA EN EDUCACION

SANTIAGO DE CALI

2011

PAGINA DE ACEPTACION

Nota de aceptación

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Presidente del Jurado

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Jurado

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Jurado

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTOS

Los autores expresan sus agradecimientos a las siguientes personas:

LISTA DE TABLAS

LISTA DE GRAFICAS

LISTA DE ANEXOS

1. **PROBLEMA**

**1.1 DESCRIPCION DEL PROBLEMA**

En el trasegar pedagógico con estudiantes de diversos niveles tanto socioeconómico como cronológicos se observa con mucha atención sobre las dificultades e incorrectas posturas corporales que se hacen visibles a toda hora y momento durante las horas de clase presentándose incomodidades, indisciplina, desatención frecuente así mismo cansancio dibujado en el rostro de varios educandos.

Igualmente se ha notado que cometen movimientos bruscos con su humanidad cuando emprenden alguna actividad académica, cultural o intelectual no solo en las clases de educación física, natación o ejercicios lúdicos sino que se aprecia en todas las disciplinas que tiene lugar en el pensum académico direccionado por el proyecto educativo institucional.

Dentro del contexto escolar se ha analizado o efectuado varias estrategias, llamados de atención para que los educandos adquieran hábitos saludables en la escucha del proceso enseñanza aprendizaje así mismo se concienticen sobre el desarrollo físico o cognitivo de todo su cuerpo ofreciéndole un tratamiento digno a sus posturas tanto dentro como fuera del aula.

Es así como en reiteradas ocasiones se efectúan estrategias variadas para que los estudiantes no reincidan en tan álgido problema que afecta evidentemente el desarrollo físico en las primeras etapas de vida repercutiendo más adelante amplificándose las falencias en su desempeño profesional o personal.

Las posturas incorrectas que más reinciden en los estudiantes son: el colocar la columna vertebral encorvada sobre el pupitre causa principal para la escoliosis; no sentarse sino acostarse entre el asiento y el espaldar dejando un vacio para sus caderas y extremidades inferiores; el cuello lo posicionan conjuntamente con el rostro a una distancia sumamente corta con respecto al material didáctico; al escribir se recuestan lateralmente generando problemas de visión, forzando huesos y músculos del tórax o el cuello que posteriormente se reflejarán en los dolores lumbares crónicos.

**1.2 FORMULACION DEL PROBLEMA**

¿La inadecuada higiene postural de los estudiantes de la básica primaria y secundaria puede ser corregida mediante la aplicación del software educativo?

**1.3 ANTECEDENTES**

- EMPIRICO: Anteriormente los docentes se preocupaban en sus clases por corregir la posición incorrecta de los estudiantes, frecuentemente; hoy ya no se hace, dado que el docente se convirtió en académico informador que en educador.

- BIBLIOGRÀFICO: A través del proyecto de Escuela Saludable de la secretaría de salud regional se viene trabajando mucho sobre la importancia de tener una correcta postura corporal.

Igualmente la EPS Cosmitet está brindando constante apoyo a los maestros sobre la higiene corporal.

1. **JUSTIFICACIÒN**

Este trabajo busca a través de software educativo, corregir las posturas inadecuadas de los estudiantes al sentarse, caminar, correr, sentarse al escritorio, con el fin de prevenir duros riesgos en la salud de los educandos, como son los problemas de la columna vertebral: cifosis, lordosis, escoliosis, problemas de visión al escribir acostados sobre el pupitre entre otros.

Este trabajo contribuirá a crear una metodología que lleve al estudiante a mejorar sus posturas y al docente, estar pendiente de corregirlo oportunamente utilizando pares que permitan al estudiante variar de posición realizando estiramientos que le ayuden a mejorar sus movimientos corporales.

Se espera que la utilización de esta metodología pueda contribuir a mejorar la calidad de vida de los estudiantes con apoyo de su familia y de la escuela; generando cambios ergonómicos en los mobiliarios de la institución que entre otras es incómodo.

1. **OBJETIVOS**
   1. **OBJETIVO GENERAL:**

Aplicar software educativo que permita sensibilizar a los estudiantes en el manejo de los movimientos del cuerpo humano que contribuya a la higiene postural y desarrollo físico.

* 1. **OBJETIVOS ESPECÌFICOS:**
* Reconocer la aplicación del diferente software educativo que se relaciona con el movimiento del cuerpo humano y su higiene postural.
* Conocer las técnicas o procesos para sensibilizar al estudiante en la comprensión de la buena higiene postural.
* Analizar el proceso de un buen desarrollo físico.